Harald Fritz-Ipsmiller[1]

Wo setzt ganzheitliche Kunsttherapie an?

Künste als gesundheitsaktivierende Regulative

Den jungen Menschen zu verstehen und ihm in dessen Anforderungen zu helfen, ist eine der vorrangigen Aufgaben der ganzheitlichen Kunsttherapie. Dabei handelt es sich nicht nur um die Verantwortung für jüngere Leidende oder Kranke, sondern auch, und vor allem um eine geeignete Förderung innewohnender Anlagen von Minis, Kids und Jugendlichen.



Abb. 1: Ganzheitliche Kunsttherapie verhilft dazu, übermäßige Stressanforderung mittels künstlerischer Methoden auszuagieren. Hier: die Band "girls-got-the-groove"

Die Versuche des Menschen, eigene Anlagen auszuleben, bringt Befriedigung. Wenn es gelingt, die eigene Befindlichkeit, das eigene Naturell in die Umwelt auszuleben, dann macht sich Entspannung breit; erregende Anspannung klingt ab. Erlebt der Mensch Anregung von außen, welche ohne weiteres integriert, eingebaut werden kann, dann tritt ebenso Ermunterung ein. Kann Ausdrücken des Eigenen von der Umwelt integriert werden, und kann Zufuhr von außen im Inneren eingepasst werden, dann erlebt sich der Mensch beglückt und sinnvoll. „Gesundheit bei einem gelingenden Leben!" Es kann aber bei Anspannungen, Verzerrungen oder Verbiegungen (die ursprüngliche Bedeutung des Wortes „Stress"), also Anstrengungen, Belastungen, Anpassungszwänge durch Schmerzen, Nicht-Befriedigung bzw. Nicht-Beziehung ein seelischer und körperlicher Druck entstehen, welcher krankmachend wirkt, wenn er nicht passend abgebaut werden kann. Eustress, also anregender Stress, kann in Distress, also zerstörenden Stress, kippen.

Der Mensch als ganzheitliches Wesen kann auf allen Ebenen in dessen Gesundheit gefördert oder gehemmt werden. Wir wissen, dass „Gesundheit des Menschen eben nicht nur vom reibungslosen Funktionieren seiner inneren Organe oder von direkten äußeren Einwirkungen abhängt; nicht nur von Bakterien, Viren, Giftstoffen, Unfällen und Verletzungen. Unsere Gesundheit ist im großen Maße auch ein Ausdruck des dauernden Wechselspiels des Menschen mit seiner Umwelt, und gerade dieses Wechselspiel hat sich heute in einer dramatischen Weise verändert, so Biochemiker VESTER. Stressfaktoren nehmen so überhand, dass die Anpassungsfähigkeit bald überfordert sein kann. Erholungsphasen werden kürzer, und die körperlichen und psychischen Funktionen kommen weniger in den Ausgleich.

Schon die körperliche Konstitution des Sympathikotonikers, in dessen vegetativen Nervensystem der Sympathikus überwiegt, wird leicht erregbar, nervös, agil, unbeherrscht, explodierend und temperamentvoll reagieren. Der Vagotoniker, dessen Vagus oder dessen Parasympathikus dominiert, wirkt geschockt, implodierend, scheinbar ruhig und ausgeglichen aber mit Kummer, Missmut, Aversion oder Ärger nach innen wendend.
Ganzheitliche Kunsttherapie verhilft nun beiden Reaktionstypen, übermäßige Stressanforderung mittels künstlerischer Methoden auszuagieren. Stresssituationen und Frustrationserlebnisse können wir in vielen Fällen gedanklich umdeuten, sie durch gestaltende Kunst, durch Schreiben oder Aussprechen umsetzen, sozusagen symbolisieren, so Biochemiker VESTER.

Frühkindliches Erleben ist nach Daniel STERN, einem Psychiater, welcher der Entwicklungspsychologie ganz neue Im-

Zur Person



Harald Fritz-Ipsmiller mit Enkelin Sina-May

Mag. art. Harald FRITZ-IPSMILLER
Bildhauer, Ausbildungsleiter für Ganzheitliche Kunsttherapie in ISSA, Gründer des Österreichischen Dachverbandes für Kunst-Therapien; www.issa.at.

[1] Bildhauer, Ausbildungsleiter für Ganzheitliche Kunsttherapie in der Interdisciplinary Study and Service Association (ISSA), Wien, Gründer des Österreichischen Dachverbandes für Kunst-Therapien; www.issa.at.


© ISSA

Abb. 2: Die Methode, die die Kunst allen anderen Aneignungsmethoden des Begreifens voraushat, ist die Ganzheitlichkeit.

pulse brachte, ganzheitlich, „global". Säuglinge bringen die Fähigkeit schon mit, „Wahrnehmungserlebnisse aus einer Sinnesmodalität in eine andere zu übertragen". Sie sind fähig, zu wissen und „verfügen über die angeborene Fähigkeit, einen Informationstransfer von einem Modus in einen anderen vorzunehmen, der es ihnen erlaubt, eine Entsprechung zwischen haptischem und visuellem Eindruck zu erkennen." Säuglinge können auch Lautstärke- und Helligkeitsgrade erkennen, und sie können Dauer, Takt und Rhythmus intermodal übertragen; ebenso reagieren sie sensibel auf die zeitlichen Merkmale der Umgebung. Wenn Säuglinge etwas sehen und etwas dazu Widersprüchliches hören, dann richten sie sich nach dem, was sie sehen. Bereits zwei Tage alte Säuglinge imitieren die Mimik eines Erwachsenen, die sie wahrnehmen. Es gibt also eine angeborene Entsprechung bei Säuglingen zwischen dem, was sie wahrnehmen und dem, was sie tun. „Offenbar ist die generelle Wahrnehmungsweise der Säuglinge so umfassend oder „global", dass sie amodale Eigenschaften jeder beliebigen Modalität aus jedem Bereich des menschlichen Ausdruckverhaltens erkennen, diese Eigenschaften abstrakt repräsentieren und sie dann in andere Modalitäten übersetzen können." Säuglinge müssen nicht, so STERN, wie es PIAGET noch meinte, etwas zuerst mit einem Sinn zu erfassen, um anschließend diese Erfahrung in eine andere Sinnesmodalität zu transferieren – es liegt in der Kompetenz von Säuglingen, auf einer supramodalen Form bekannte Sinneskanäle zu überschreiten. In diese Metaebene zur sinnlichen Wahrnehmung steigen ganzheitliche Kunsttherapeuten mit den künstlerischen Arbeitsweisen ein, wobei jede der Künste eine eigene Wirkweise aufweist.

Nicht nur sinnlich, auch gefühlsmäßig kann vom Säugling wahrgenommen werden und in den Kompetenzenkatalog von Säuglingen gehört auch die Fähigkeit, Vitalitätsaffekte zu erfassen. Elementare Lebensvorgänge werden von früh an mit Affekten, Gefühlen, Emotionen und dann auch mit Gedanken gekoppelt. Nicht nur Lust oder Unlust lässt sich am frühen Säugling bemerken, auch bereits sehr differenzierte, diskrete Affekte, wie Interesse, Freude, Kummer, Ekel oder Überraschung. Und der Affekt wird vom ganzen Säugling multimodal ausgedrückt, nicht nur über einen Sinneskanal.

Zwischen Eindruck und Ausdruck des Säuglings entwickelt sich die Anlage zur Organisation des Erlebten. Aus dieser frühen Erfahrungsmatrix gehen dann später identifizierbare Handlungen, Einstellungen, Gedanken, verbalisierte Gefühle und wahrgenommene Formen hervor. Schöpferisches Erleben und affektive Bewertung jeder Erfahrung geht aus dieser ursprünglichen Organisation des eigenen Selbst und des Anderen hervor. Je besser Wahrnehmungserleben integriert werden kann, desto geringer ist ein späteres Bewältigungsversagen.

Je besser es dem frühen Säugling schon gelingt, A-Modalität zu erleben, also frühes Gelingen der Übertragung der Information von einem Sinneskanal auf eine andere Sinnesmodalität, gelingt es dann später, die vielfältigen soziale Erfahrungen miteinander in Verbindung zu bringen. Je überwältigter der frühe Säugling schon war, kann der spätere Mensch Kausalbeziehungen schwerer erfassen, und die Wahrnehmungswelt verbleibt eher unorganisiert und weniger konstruierbar.

Anregender Stress, welcher Vitalisierungsaffekte anregt, kann in destruktiven Stress kippen, wenn die eigene Position nicht mehr gehalten werden kann, wenn das Geschehen um einen herum zu wenig Erholung und Entspannung liefert und somit übermäßige Spannung nur mehr durch Kompensieren mit unadäquatem Verhalten oder diese Ladungen dann nur mehr über den Körper ausgetragen werden können.

Ganzheitliche Kunsttherapie greift in die präverbale Zeit zurück. Nicht nur dass in diesem Ansatz der Therapie über Sinneseindruck wie auch -ausdruck eine Art Rehabilitation des frühesten Sinneserlebens aktiviert wird, wird auch mit diesem Ansatz der Therapie an die A-Modalität herangegangen. Die Methode, die die Kunst allen anderen Aneignungsmethoden des Begreifens voraushat, ist die Ganzheitlichkeit. Sie stellt alles im Bereich des Menschen, seine Vorstellungen, seine Begriffe, sein Empfinden, sein Denken, seine Bildvorstellungen, die Bildhaftigkeit, in ein Ganzes. Die Wirklichkeit ist für den Menschen eine organische Gesamterfahrung, wo die Vorstellung und die Wahrnehmung, das Unbewusste und das Bewusste, das Fiktive und das historisch Abgesunkene gleichzeitig angegangen werden. Das ist ein Phänomen, das nur der Kunst eigen ist und stellt wahrscheinlich auch das Spezifikum dieser Ganzheitlichkeit dar, schreibt Univ. Prof. Dr. Manfred WAGNER von der Universität für Angewandte Kunst. Die multimediale, nonverbale Methode der ganzheitlichen Kunsttherapie aktiviert in diesem Bereich, in welchem Informationen von einer Sinnesmodalität in eine andere Sinnesmodalität transformiert werden. In diesem emergentiven* Bereich entsteht Kunst – aber auch Gesundheit. Hier, in dieser supramodalen Form wird das Selbst aber auch der Andere organisiert und hier liegt auch der Bereich des intuitiven Wissens, worüber eben Säuglinge bereits verfügen. ■

Fazit für die Praxis

Ganzheitliche Kunsttherapeuten begleiten und behandeln die gesamte Spannbreite von gesunden oder betroffenen Frühgeborenen, Säuglingen, Kinder und Jugendlichen in ihren verschiedenen und möglichen Stress-, Stör-, Krisen- oder Krankheitssituationen und bieten im multiprofessionellen Team die Künste als gesundheitsaktivierende Regulative an.

QUELLEN:
STERN, Daniel N. (2000). Die Lebenserfahrung des Säuglings. Stuttgart: Klett-Cotta.
VESTER, Frederic (2003). Phänomen Stress. Wo liegt sein Ursprung, warum ist er lebenswichtig, wodurch ist er entartet? München: dtv.
WAGNER, Manfred (2000). Stoppt das Kulturgeschwätz. Eine zeitgemäße Differenzierung von Kunst und/oder Kultur. Wien/Köln/Weimar: Böhlau.

Korrespondenz:
Mag. art. Harald FRITZ-IPSMILLER
A 1070 WIEN, Lindengasse 56
Tel.: 43(0)1-5960385 - Fax.: 43(0)1-5951242
E-mail: harald.fritz-ipsmiller@issa.at
Internet: www.issa.at
ISSA - Interdisciplinary Study and Service Association - ZVR 493226139